

【 3 月 に 開 催 す る 例 会 案 内 】

コース内容、参加費等の詳細は、1月号およびHP(www.tokyowalking.org/)に掲載しました。

第127回 ミニウォーク 「ふれあい」 水辺と公園のハーモニー
 期日 3月3日(土) 集合時間 10時 距離 5km
 集合 千住旭公園 (JR常磐線、メトロ千代田線・日比谷線、東武スカイツリー線 北千住駅 東口 5分)
 解散 ドノウ広場 (JR常磐線、メトロ日比谷線 南千住駅 2分) 12時頃

第26回 東京春一番・多摩川十里
 期日 3月4日(日) 距離 40km、32km、20km 《自由歩行》
 集合 (40kmコース) 恵比寿公園 (JR山手線 恵比寿駅 西口 5分) 8時
 (32kmコース) 兵庫島公園 (東急田園都市線 二子玉川駅 10分) 8時30分
 (20kmコース) 調布市役所前庭 (京王線 調布駅 広場口 5分) 9時30分
 ゴール パルテノン多摩 (京王相模原線・小田急多摩線 多摩センター駅 5分) ゴール受付 13時～16時まで
 事前申し込みは、2月20日(火)に締め切りました。

昼食楽しみ歩いてGO!⑮ 「ちゃんこで ドスコイ」
 期日 3月10日(土) 集合時間 9時 距離 10km
 集合 高森公園 (都営新宿線、大江戸線 森下駅 A6出口 13分)
 解散 江戸東京博物館 (JR総武線 両国駅 5分) 11時45分頃

第18回 日比谷街角ウォーク 「街角に楽しさを探して」
 期日 3月17日(土) 集合時間 10時 距離 10km
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町線 日比谷口 10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)
 解散 都立六義園 (JR・メトロ南北線 駒込駅 10分) 14時頃

第18回 井の頭自然ウォーク 「自然とのふれあいを楽しみに」
 期日 3月18日(日) 集合時間 10時 距離 10km
 集合 井の頭公園野外ステージ前 (JR中央線・京王井の頭線 吉祥寺駅 公園口 5分)
 解散 石神井公園 (西武池袋線 石神井公園駅 5分) 14時頃

第188回 ウィークデーウォーク 「早慶の門(Ⅱ)」外苑西通りを歩いて
 期日 3月21日(水・祝日) 集合時間 10時 距離 12km
 集合 鶴巻南公園 (メトロ東西線 早稲田駅 1番出口 3分)
 解散 区立芝公園 (都営三田線 芝公園駅 3分) 14時30分頃

明治は遠くなりけり② 神田
 期日 3月24日(土) 集合時間 9時 距離 12km、18km 《自由歩行》
 集合 神田公園 (JR神田駅 北口、メトロ銀座線 神田駅 4番出口 7分)
 ゴール (12km) 油堀川公園 (メトロ東西線・都営大江戸線 門前仲町駅 5分) ゴール受付 10時30分～12時30分まで
 (18km) 横綱公園 (JR・都営大江戸線 両国駅 10分) ゴール受付 11時30分～14時予定(アンカー到着まで)

新役員企画運営ウォーク① 「目黒川・林試の森公園・すずめのお宿緑地公園散策」
 期日 3月25日(日) 集合時間 9時 距離 10km
 集合 恵比寿公園 (JR恵比寿駅 西口 5分)
 解散 西小山駅前広場 (東急目黒線 西小山駅 1分) 14時頃

第10回 神田川さくらウォーク
 期日 3月31日(土) 受付時間 8時15分～8時45分 距離 10km、17km、28km《自由歩行》
 集合 井の頭自然文化園前広場 (JR中央線・京王井の頭線 吉祥寺駅 公園口 8分)
 ゴール (10km) 神泉橋 (京王井の頭線 永福町駅 5分) ゴール受付 11時～12時まで
 (17km) 神田上水公園 (JR中央総武線・都営大江戸線 東中野駅 5分) ゴール受付 11時～13時30分まで
 (28km) 柳橋 (JR総武線・都営浅草線 浅草橋駅 5分) ゴール受付 13時～16時まで

ゴールドリボンウォーキング2018 の事前申込方法 (事前申込者には参加証が返送されるので当日ご持参ください)
 ①公式サイト <http://www.gold-ribbon.jp/> の申込欄から申し込む。
 ②電話 (0570-550-846 平日10時～17時30分) またはFAX (0120-37-8434 24時間受付) で、「ゴールドリボンウォーキング事務局」宛に必要事項を連絡して申し込む。
 (申込必要事項)、氏名(フリガナ)、性別、生年月日、年齢、住所(参加証の送り先)、電話番号、メールアドレスまたはFAX番号
 (注記) 不測の事故による中止の場合、および申込後のキャンセルには返金できません。
 問合せ先; ゴールドリボンウォーキング2018係(スポーツエントリー内) 公式サイト: <http://www.gold-ribbon.jp/>
 フリーダイヤル: TEL 0120-711-951 (平日10時～17時30分)
 3月1日(木)10時より対応開始となります。

加盟団体行事は、3頁に掲載しました。

NPO・東京都ウォーキング協会入会案内

①入会金および年会費
 NPO会員 入会金1000円 年会費5000円
 個人会員 入会金1000円 年会費3000円
 家族会員 入会金1000円 年会費2500円
 子供会員(中学生以下) 入会金1000円 年会費1500円
 ②会員は、(一社)日本ウォーキング協会(JWA)の加盟
 団体所属維持会員として登録されます。

③会員には、この会報「レッツウォーク東京」の奇数月号を自宅宛にお送りいたします。(偶数月号は、例会会場にて配布します)
 ④連絡先
 〒101-0052 東京都千代田区神田小川町2-1-9
 日米商会ビル6階(小川町交差点角)
 TEL 03-3295-6262 FAX 03-3295-6263
 郵便振替口座 00160-7-189039

2018年(平成30年)
 3月1日発行 第376号
 NPO 東京都ウォーキング協会
 発行人 大塚 忠克
 編集人 田村 富士雄
 年間頒布料1200円 1部100円



〒101-0052
 東京都千代田区神田小川町2-1-9
 日米商会ビル6階
 TEL 03-3295-6262
 FAX 03-3295-6263
 振替口座 00160-7-189039
www.tokyowalking.org/

レッツウォーク東京 3

NPO TOKYO WALKING ASSOCIATION

「ゴールドリボンウォーキング 2018」

主催 ゴールドリボンウォーキング実行委員会 後援 東京都他 主管 NPO東京都ウォーキング協会
 期日: 4月21日(土) 《自由歩行》 【このウォークは、IVV対象外です】
 開催場所: お台場・シンボルプロムナード セントラル広場 (ゆりかもめ 台場駅 5分)
 集合時間: 9時から開始 スタート 10時30分～11時(予定) ゴール受付 14時まで
 コース: ①約5km: セントラル広場～であい橋～夢の大橋～お台場海浜公園～台場駅前～セントラル広場(ゴール)
 ②約3km: セントラル広場～であい橋～お台場海浜公園～台場駅前～セントラル広場(ゴール)
 募集人員: 3,800人(先着順)
 参加費: (事前申込・ウォーキングプラン) 一般 1,300円 小中学生 500円 未就学児童 無料
 (事前申込・Tシャツプラン) 一般 3,300円 小中学生 2,500円 未就学児童 無料
 (当日申込・ウォーキングプラン) 一般 2,000円 小中学生 1,000円 未就学児童 無料
 事前申込方法: 4頁をご覧ください。 事前申込期間 3月1日(木)～4月6日(金) 締切

2018 LUNG WALK JAPAN in 文の京(フミノミヤコ)

主催 NPO日本呼吸器障害者情報センター 主管 NPO東京都ウォーキング協会
 期日: 4月21日(土) ①10km《自由歩行》 ②5km《自由歩行》 ③小石川後楽園散策《団体歩行》
 開催場所: 文京シビックセンター地下2階 (都営大江戸線・三田線 春日駅 シビックセンター連絡口 5分)
 集合時間: 9時～10時15分 スタート 10時30分～11時(予定) ゴール受付 14時頃まで
 コース: ①10km: 文京シビックセンター～本郷弥生～根津神社～白山神社～教育の森公園～茗荷谷駅前～新大塚公園～
 大塚警察署前～新江戸川公園～椿山荘～石切橋～白鳥橋～後楽園～文京シビックセンター
 ②5km ; 文京シビックセンター～富坂下～茗荷谷駅前(10kmと合流)～以下10kmと同じコース
 ③小石川後楽園散策
 参加費: (事前申込) FAX 03-5981-0294 で、NPO日本呼吸器障害者情報センターへ
 希望コース・住所・氏名(フリガナ)・性別・年齢を記載してお申込みください。
 大人 1,000円 小中学生 500円 (申込金は当日支払い)
 (当日申込) 大人 1,500円 小中学生 800円
 (注記) 事前申込の締切日その他の詳細は、NPO日本呼吸器障害者情報センター(Tel 03-5981-1181)へ問合せ
 ください。

多摩川ウォーク 2018

期日: 4月30日(月・振替休日)
 開催場所: 多摩川 兵庫島公園 (東急田園都市線・大井町線 二子玉川駅 10分)
 受付時間: 40km・30km 午前8時30分～9時 受付後 スタート
 20km・10km 午前9時～9時30分 受付後 スタート
 ゴール時間: 12時～16時(10kmのみ13時まで)
 コース: 多摩川下流コース 40km、30km、20km、10km 《自由歩行》
 参加費: (事前申込) 都協会員 800円 他協会員・一般 1,000円 小中学生 500円
 事前申込締切 4月20日(金) 必着
 (当日申込) 一律 1,300円 小中学生 800円
 ※ 参加取り消しや不参加の場合及び主催者の責めによらない不測の事態(自然災害、歩行が危険な荒天等)で
 大会中止になった場合、参加費の返金はいたしませんのでご了承ください。
 申込方法: ①郵便振替による申込方法は、本誌2月号またはTWAのホームページをご覧ください。
 ②各例会開催日にも参加申し込みを受け付けます。
 ※ 開催当日には「振替払込受領書(控)」又は領収書を受付にご提出ください。
 問合せ先: NPO東京都ウォーキング協会 TEL 03-3295-6262 FAX 03-3295-6263